

Motion till riksdagen 2021/22:1246

av **Mathias Tegnér (S)**

Om behovet av mer idrott och rörelse för alla

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om vikten av att fler barn, unga och vuxna kommer i rörelse och får utöva idrott, och detta tillkännager riksdagen för regeringen.

Motivering

Coronapandemin har påverkat samhället i allmänhet och idrottsrörelsen i synnerhet. Redan innan pandemin fanns oro över barns och ungas hälsa. Vikten av att nu återstarta idrottsrörelsen är mycket stor. Tidiga positiva upplevelser av motion och idrott har stor betydelse för individens benägenhet att vara fysiskt aktiv senare i livet. Därför påverkar barns och ungdomars motionsvanor inte bara deras hälsotillstånd just nu utan även deras framtida hälsa. I ett allt mer stillasittande samhälle behöver vi få fler i rörelse.

Fysisk aktivitet leder till ökat välbefinnande, stärkt självförtroende, bättre koncentrationsförmåga, ökad inlärningsförmåga, ökad muskelstyrka, bättre kondition och mindre risk för belastningsskador.

Den ökande hälsoklyftan är en av vår tids stora samhällsutmaningar. Individen mår sämre och samhället får ökade kostnader för hälso- och sjukvård. Forskning visar att det bästa och mest kostnadseffektiva sättet att få fler att må bättre är att fler deltar i idrott och fysisk aktivitet.

Idrottsrörelsen vill att fler blir engagerade inom föreningsidrotten under hela livet. Det bidrar till att göra befolkningen mer aktiv, minskar stillasittandet och bidrar till att minska hälsoklyftorna.

Vi blir allt äldre och behovet av att vara fysiskt aktiv hela livet växer.

Idrottsrörelsen håller på att förändras. Idrotten har enats om en gemensam vision för framtiden, Strategi 2025. Idrotten fokuserar nu på utveckling som gör att fler blir

motiverade att hålla igång hela livet. I en sådan idrott får alla chansen att nå sin fulla potential.

Ohälsofrågan är inget som en enskild myndighet eller enskild organisation kan lösa, utan här behövs ett samlat grepp. För att öka folkhälsan krävs att det tas ett nationellt helhetsgrepp där många kan bidra med sin kompetens och styrka.

Mathias Tegnér (S)